

## 护理过程中健康教育对高血压患者的影响

鲁萍

云南省保山市隆阳区青华街道社区卫生服务中心 云南保山

**【摘要】目的** 深入细致的分析、探讨，在护理过程中健康教育对高血压患者的临床影响意义，期待能将所研究理论应用至实践中去，对领域发展形成促进，对疾病发展形成遏制，保障患者身体健康。**方法** 抽取 120 例高血压患者为本次实验的研究对象，择选 2022 年 11 月至 2023 年 11 月为研究年限，以数字编号法为分组基准，分别命名为甲组与乙组，将不同干预策略实行于两组之间，前者划入人数 60 例，提供常规护理服务；后者划入人数 60 例，提供常规护理的基础上，加强对患者实施健康教育干预策略，随之对相关数据进行收集整理、统计分析、效果评价、整合比对，做全情阐述。**结果** 统计学分析后所得，乙组采纳方案更具可实施性，患者在各项指标数值的体现上均显优另一组， $P$  值达小于 0.05 标准，值得探讨。具体可体现于如下方面：护理前后患者在心率水平、血压水平、情绪状况、生活质量评分、患者满意度方面的表现情况。**结论** 对于高血压患者而言，在其临床护理方案的横向选择中，建议优先采纳乙组实施方案，即常规护理+健康教育服务模式，一方面能有效加深患者对疾病的认知水平，提高保健意识，使其能更好的遵照医嘱进行治疗，从而使心率及血压水平得以有效改善，焦虑、抑郁等复性情绪得到切实缓解，生活质量得到显著提升，还可极大程度增进护患关系，收获患者满意度提高，值得肯定、引用、推崇。

**【关键词】** 护理过程中；健康教育；高血压患者；影响

**【收稿日期】** 2024 年 2 月 13 日 **【出刊日期】** 2024 年 3 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240148

### Effect of health education in care on hypertensive patients

Ping Lu

Qinghua Street Community Health Service Center, Longyang District, Baoshan, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To analyze and discuss the clinical impact of health education on hypertension patients in the process of nursing. It is expected to apply the studied theory to practice, promote the development of the field, curb the development of the disease, and ensure the health of patients. **Methods** 120 hypertensive patients were selected as the experimental subjects, and the study period from November 2022 to November 2023 was selected as the basis, named group A and group B. Different intervention strategies were implemented between the two groups, the former included 60 cases, provide routine care services; the latter included 60 cases. on the basis of routine care, strengthen the health education intervention strategy for patients, then the relevant data collection, statistical analysis, effect evaluation, integration and comparison. **Results** After statistical analysis, the plan adopted by group B is more feasible, and the value of each index was better in the other group, and the  $P$  value was less than 0.05, which is worth discussing. It can be reflected in the following aspects: heart rate level, blood pressure level, emotional status, quality of life score, patient satisfaction before and after nursing. **Conclusion** for patients with high blood pressure, in the horizontal selection of clinical care plan, suggested priority adopt b group plan, namely routine care + health education service mode, on the one hand, can effectively deepen the cognitive level of disease, improve health care consciousness, make it can better follow the doctor's treatment, so that the heart rate and blood pressure level to effectively improve, anxiety, depression, improved quality of life, also can greatly improve the relationship between nurses and patients, harvest patient satisfaction, worthy of affirmation, reference, praise.

**【Keywords】** nursing process; health education; hypertension patients; influence

高血压：又称血压升高，是一种世界范围内的常见慢性疾病之一，具备病程长、反复发作、久治不愈等特征，多发于老年群体中。主要指血液在血管中流动时对血管壁造成的压力值持续高于正常的现象，是一种可诱发多种心血管疾病的危险因素，被成为“无声的杀手”，多数患者可在没有任何症状的情况下发病<sup>[1]</sup>。由于血管壁长期承受着高于正常的压力，从而导致冠心病、脑卒中等严重疾病的发生。该病的发病原因成为了全世界科学家不断探索的难题，大部分患者的病因至今仍未明确，但相关研究指出，高血压发病与遗传、肥胖、年龄、饮食、饮酒等息息相关。高血压一般情况下不会存在特异性症状，只有在靶器官受到严重损害后，才会出现视物模糊、丧失意识等临床表现<sup>[2]</sup>。对于高血压的诊断多依赖于血压测量，且需要进行两次测量方可明确是否存在高血压现象。近年来，随着老龄化问题的加重，老年高血压患者逐年递增，对患者自身及家庭生活造成了极大困扰。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

抽取 120 例高血压患者为本次实验的研究对象，择选 2022 年 11 月至 2023 年 11 月为研究年限，以数字编号法为分组基准，分别命名为甲组与乙组，期间对患者基础资料的分类与归纳均引用相关软件予以处理，未见差异性 ( $P>0.05$ )，细化资料：甲组：男女占比：35：25；年龄均值 ( $65.28\pm 3.06$ ) 岁；乙组：男女占比：34：26；年龄均值 ( $66.31\pm 4.15$ ) 岁。纳排标准如下：(1)患者需资料齐全，对本次实验无任何异议，自愿参加，并签署知情同意书；(2)经本院诊断确诊为高血压患者；(3)可积极配合实验开展，无语言沟通障碍，以上为纳入标准。(4)存在精神障碍性疾病，无法正常沟通；(5)合并恶性肿瘤等重大疾病；(6)资料不完整，家属不知情，以上为排除标准。

### 1.2 护理方法

1.2.1 甲组：为本组患者提供常规干预策略：即常规宣教、用药指导、心理护理、饮食指导等。

1.2.2 乙组：在上述基础上，加强对患者进行健康教育，具体内容涵盖：(1)护理人员可采用发放资料、播放视频、面对面讲述等方式对患者及家属进行疾病知识宣教。以此提高患者认知水平，对高血压有更深入的理解，消除其错误认知和不良行为<sup>[3]</sup>。(2)用药干预：护理人员需针对用药情况实施宣教指导。告知患者严格遵照医嘱，按时按量用药的重要性，同时以通俗易懂的语言表达来为患者说明药品的名称、生产厂家等内容，

详细讲解用药后可能出现的不良反应及解决方法。提高患者自我管理能力<sup>[4]</sup>。(3)心理情绪的健康教育：**a**：护理人员需以微笑的表情、轻柔的话语、共情的态度与患者沟通交流，认真听取患者内心想法，同时给予科学、人性化的情绪梳理，告知患者良好的心理状态，稳定的情绪是疾病康复最有力的条件，使其深知良好情绪的重要性。**b**：护理人员需对每位患者一视同仁，充分给予他们尊重，建立良好的护患关系，增加患者对医护人员的信任，从而更积极的配合治疗护理工作的开展。**c**：针对存在抑郁、焦虑等情绪的患者，护理人员需为患者提供针对性的治疗，通过播放音乐等方式来缓解其紧张、烦躁的不良情绪；针对病情较严重的患者，护理人员需严格遵照医嘱对患者实施治疗，对患者所提出的任何问题，均通过耐心、专业的态度进行及时有效的回答，充分满足患者相关、合理性需求，增加护患关系的同时，提高患者满意度<sup>[5-6]</sup>。(4)饮食方面的健康教育：为患者讲解合理控制饮食对高血压疾病的突出影响，而后对患者病情状况进行仔细的分析和评估，结合其实际身体状态，为其制定个体化、针对性的饮食计划，以对患者病情有益为原则。如：多加摄入高蛋白类食物，严格控制食盐的摄入量，切记暴饮暴食，熬夜生活不规律等<sup>[7]</sup>。(5)运动方面的健康教育：依据患者身体状况，耐受能力，安排患者积极开展合适的运动项目，并鼓励其坚持每日执行。告知科学合理的体育锻炼对高血压疾病的控制和恢复作用显著。(6)为患者普及高血压疾病的成因，增加患者对疾病的认知，明确日常生活注意事项，对于初患高血压的患者，尚未感受到生活中有何不便，应提高患者对疾病的重视，应提醒规律休息、控制饮食、戒烟戒酒，提醒患者勤换衣物、勤洗澡、定期测量血压，让患者明确高血压对机体的重大影响，只有合理控制血压，方能保证机体的健康，控制好自身的血压水平，有利于延缓疾病的进展，降低并发症的发生。

### 1.3 观察指标

分析观察两组在心率水平、血压水平、情绪状况、生活质量评分、患者满意度方面的差异表现。

### 1.4 统计学方法

SPSS26.0 系统实行专业分析，当中计量数据计均数±标准差，两组差别比照运用  $t$ 、 $\chi^2$  检测，计数数据运用百分率 (%) 代替，若两组对照结果表明  $P<0.05$ ，则说明实验价值显现。

## 2 结果

借助图表数据发现，不同干预策略的应用实施，均对患者作用积极，但 B 组在各项指标数值的体现上则

更加优异 ( $P < 0.05$ ), 见表 1:

表 1 两组患者总体护理效果比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	心率	收缩压	舒张压	SAS	SDS	心理功能	生理功能	社会功能	躯体功能	自我护理水平	满意度
甲组 n=60	90.4±14.8	155.8±19.4	93.4±18.1	48.7±2.7	49.70±2.7	70.6±2.9	71.1±2.7	71.5±2.8	73.8±2.8	7.6±2.8	43 (71.67)
乙组 n=60	78.4±16.3	126.5±20.29	82.6±18.2	38.2±2.3	40.2±2.9	85.8±2.4	86.8±2.7	86.5±2.5	86.3±2.5	87.4±2.3	59 (98.33)

### 3 讨论

进入 21 世纪后, 我国经济发展水平突飞猛进, 国民生活节奏不断加快, 在持续进步和发展的社会背景下, 在物质条件、饮食条件极为丰盈和多样的环境下, 人们生活质量得到了显著提高, 生活乐趣、娱乐范围得到了极大丰盈。然, 凡事均有利弊, 这一现象也无形中促使了各类疾病的高发, 高血压便是其中之一<sup>[8]</sup>。研究发现: 受患者年龄、生活环境、个体差异、认知不足等多重因素影响, 高血压的治疗和防控会存在诸多困扰和限制, 因此, 常规的管理, 患者往往对血压控制的意识不足, 不按时服药, 不注意饮食, 不积极运动, 导致并发症的发生, 对患者的日常生活造成了较大的影响, 而为患者提供健康教育护理模式, 改变了传统管理的不足, 提高了患者对高血压疾病的认知, 让患者明确高血压对机体造成的影响, 合理用药, 合理运动, 正确控制饮食的重要性。需从健康教育方面入手, 全面、系统的提高患者对疾病的认知水平, 方能更好的配合治疗工作开展, 收获良好效果<sup>[9]</sup>。故此, 本文通过对照形式, 将不同干预方案应用于两组患者中, 结局呈现: 乙组患者在各项指标数值的体现上均显优于甲组, 以 98.33% : 71.67% 的护理满意度高于甲组。究其原因: 健康教育是一切健康问题的重点和防控措施, 是必不可少的、更加具备重要战略意义, 文中采用多种方式对患者实施疾病知识宣教, 使患者认知水平得以提高, 涉及用药、心理、情绪、饮食、运动等多方面, 充分秉承了“以人为本、以满足患者切实需求、最大益于疾病康复”为服务宗旨的护理方针<sup>[10]</sup>。故此, 能够收获理想的干预效果。

### 参考文献

- [1] 崔绍艳, 吴萍, 王岩. 基于赋能授权理论的健康指导对老年高血压患者遵医行为、自护能力与生存质量的影响[J]. 吉林医学. 2023,44(12)查看该刊数据库收录来源: 3607-3610.
- [2] 陆永珍, 尹志侠, 沈建聪. 知信行健康教育模式在提高高

- 血压患者治疗依从性方面的应用效果研究[J]. 宁夏医学杂志. 2023,45(12)查看该刊数据库收录来源: 1145-1147.
- [3] 肖陆华. 个性化健康教育在老年高血压临床护理中的运用效果[J]. 中国医药指南. 2023,21(34)查看该刊数据库收录来源: 165-167.
- [4] 张荣, 张海燕, 丁琦. 强化健康教育联合优质护理在高龄慢阻肺合并高血压患者中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践. 2023,8(30)查看该刊数据库收录来源: 134-137.
- [5] 詹娟梅, 徐海鹰, 吕青青. 时效性激励理论的健康教育在高血压患者健康管理中的应用效果观察[J]. 浙江医学. 2023,45(19)查看该刊数据库收录来源: 2109-2012.
- [6] 暴宛君, 尚转, 李海茜. 多元化健康教育对高血压脑出血患者的影响[J]. 临床研究. 2023,31(10)查看该刊数据库收录来源: 160-163.
- [7] 刘盈盈, 林安妮, 赖美丽. 回授健康教育模式对围绝经期高血压女性血压昼夜节律和生活质量的影响[J]. 中国妇幼保健. 2023,38(18)查看该刊数据库收录来源: 3589-3593.
- [8] 陈丽婷, 庄丽婷. 临床护理路径的健康教育用于妊娠高血压患者中对知识掌握评分及剖宫产率的影响[J]. 心血管病防治知识. 2023,13(25)查看该刊数据库收录来源: 54-56.
- [9] 周琴. 焦点式心理护理结合健康教育对老年慢性支气管炎合并高血压患者 SAS 评分及遵医行为的效果[J]. 心血管病防治知识. 2023,13(25)查看该刊数据库收录来源: 33-35.
- [10] 陈松英. 一对一健康教育结合微信平台延续性护理对高血压患者治疗依从性、血压水平的影响[J]. 中国医药指南. 2023,21(24)查看该刊数据库收录来源: 168-170.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文按照知识共享署名许可条款发表。  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS